

Pagre snacké

Kari gosse, Petits pois et Jus d'arêtes vinaigré

Ingrédients pour 4/6 personnes

Progression de la recette

Pagre

- 1 pagre de 800 gr
- Huile d'olive
- Sel fin de mer
- Épice « Kari gosse »

Jus d'arêtes vinaigré

- Arêtes de pagre
- Beurre ½ sel
- 2 carottes émincées
- 2 échalotes émincées
- 20 cl de vinaigre balsamique
- 1 litre de bouillon de volaille
- 1 bouquet garni

- + Beurre noisette

Crèmeux de petits pois

- 500 gr de petits pois frais
- 75 gr de beurre demi-sel
- 150 gr de crème
- Sel, poivre

Finition

- Graines de kasha

Pagre

- Habiller, lever et désarêter les filets de pagre
(ou demander au poissonnier de le faire).
- Les rincer puis bien sécher avec du sopalin ou à l'aide d'un torchon.
- Détailler des cubes de 3cm, les déposer sur un plat, mettre à mariner avec l'huile d'olive, le sel et les épices. Réserver au frais jusqu'au moment de la cuisson.
- Cuire "Snacker" sur la plancha au moment.

Jus d'arêtes vinaigré

- Bien colorer les arêtes de poisson.
- Ajouter la garniture puis déglacer avec le vinaigre.
- Enfin mouiller avec le bouillon de volaille.
- Cuire environ 30 minutes puis filtrer.
- Réduire à nappé puis monter au beurre noisette.

Crèmeux de petits pois

- Cuire les petits pois à l'anglaise et réserver quelques grains pour le dressage.
- Après cuisson, mixer avec le beurre ½ sel et la crème.
- Vérifier l'assaisonnement.

Finition

- Dresser le crèmeux à la pipette ou à la poche, y déposer un morceau de pagre, un peu de jus vinaigré puis finir en déposant un peu de petits pois et quelques graines de kasha.

